



〈行田市立行田中学校〉

さわやか相談室^{だよ}

vol.2

H30.5.10発行

あなたは、
あなたか思っているほど
弱くない。

いろいろなことがあって、
いっぱいいろいろな気持ちに
なりながらも、
いま、ここで、
こうして生きているんだから。

— ごとくやすゆき
生きていただけで、
いいんだよ。より



風薫る五月。とは言え、ある日は真夏のように暑かったり、冬に逆戻りしたかのように寒い日があったり、季節がなかなか定まらず、不安定です。入学式、始業式から1ヶ月が過ぎましたが、皆さん新しい環境には慣れてきましたか？相談室では今、1年生全員とのガイダンスと面談を行っています。ようやく慣れてきた中で、部活も本格的に始まり、中学校生活が楽しいと話してくれる生徒が多いので、安心しました。

2、3年生も新しいクラスで、それぞれの目標を持ちながら、日々がんばっていることでしょう。これからテストや大会が控えていますね。体調を整えて毎日過ごしましょう。



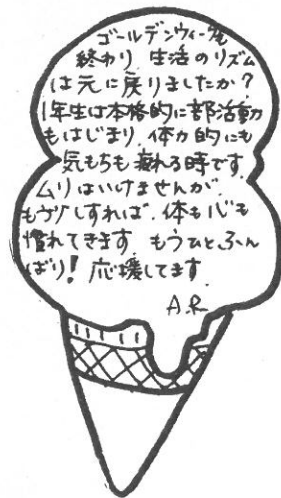
前は、「春バテ」のことを書きました。五月といえば「五月病」という言葉がありますが、今は、一年中何らかの不調を感じる人が多くなっているようです。新年度のさまざまな緊張から解放されて、ホッとしたとたんにかが抜けて、今まで隠れていた、からだの不調が出るのも、新緑の今頃の時期です。

中学校での生活は、とても忙しいです。朝練→授業→部活。帰宅してからも、塾や習い事で、帰宅するのが遅いという人も少なくないでしょう。さまざまな事情があるでしょうから、生活リズムを変えるのはとても難しいと思います。これから大会や中間テストと続きます。せめて、優先順位を決めて、今やるべきことと、後でもできることを分けて考えるなどして、バランス良く生活できたら良いですね。

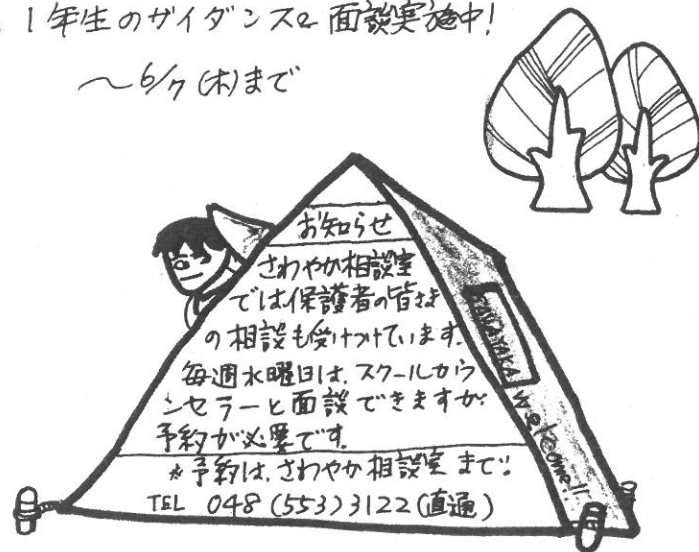


★ただ今、1年生のサイダンス2面談実施中!

～6/7(木)まで



ゴールデンウィーク
終わり、生活のリズム
は元に戻りましたか？
1年生は本格的に部活動
もはじまり、体力的にも
気もちも変わる時です。
ムリはいつませんか？
もう少しすれば、体もだる
慣れてきます。もうおぼん
ざり! 応援してます。
A.R.



お知らせ
さわやか相談室
では保護者の皆様の
相談も受け付けています。
毎週水曜日は、スクールカウ
ンセラーと面談できますが
予約が必須です。
*予約は、さわやか相談室まで!
TEL 048(553)3122(直通)